

# Panik-Attacke am Herd

*K-Tipp 17/2007 vom 16. Oktober 2007*

von Isabelle Meier

Studien belegen: Magnetfelder können schädlich sein. Das Bundesamt für Gesundheit sieht das anders – und gibt trotzdem Tipps zur Reduktion der Strahlung.

Ob diese Magnetfelder ein Gesundheitsrisiko darstellen, ist nicht bekannt», hält das Bundesamt für Gesundheit (BAG) im neuesten Bulletin fest. Trotzdem listet das BAG konkrete Tipps auf, wie beim Kochen mit einem Induktionsherd Magnetfelder reduziert werden können: Man solle keine Metallkochlöffel verwenden, «damit keine Ableitströme durch den Körper fliessen». Und Personen mit Herzschrittmacher sollten erst mit ihrem Arzt sprechen. «Da die Forschung nicht abgeschlossen ist, empfehlen wir als Vorsorge, die Magnetfelder so gering wie möglich zu halten», sagt Angela Scalese vom BAG. «Wir warnen aber nicht vor dem Gebrauch.»

Zahlreiche internationale Studien belegen aber seit Jahren einen Zusammenhang zwischen Magnetfeldern und gesundheitlichen Problemen (siehe auch Buchtipp im Kasten). So kam etwa die Internationale Krebsforschungsagentur (IARC) im Juni 2001 aufgrund mehrerer Studien zum Schluss, dass zwischen magnetischen Feldern und einem erhöhten Leukämie-Risiko ab einer Feldstärke von 0,2 Mikrottesla ein Zusammenhang bestehe. «Es gibt keinen Zweifel mehr, dass magnetische Felder das Krebsrisiko erhöhen können», sagt auch Messfachmann und Elektrosmog-Experte Peter Schlegel.

Der Grenzwert für Hochspannungsleitungen wurde deshalb gesenkt, er liegt neu bei 1 Mikrottesla. Für Induktionsherde gilt die Grenzwertempfehlung der internationalen Strahlenschutzkommission (ICNIRP) von 6,25 Mikrottesla. Gemäss Schlegel ist dieser Wert «unverantwortlich hoch».

## «Von Kopf bis Fuss elektrisch geladen»

Selbst das BAG schreibt: «Es können direkt vor dem Herd relativ grosse Magnetfelder auftreten.» Aus dem Bulletin wird deutlich, dass das Magnetfeld diesen ohnehin hohen Grenzwert übersteigen kann, wenn man beim Kochen nahe an die Herdkante tritt oder die Kochtöpfe nicht sauber auf der Kochzone liegen.

Im Alltag ist man diesem Magnetfeld nur kurz ausgesetzt, es sei denn, man kocht beruflich. Trotzdem gilt: Schwangere und Kinder sollten sich nicht in der Nähe aufhalten. Elektrosensible Personen halten es ohnehin nur kurz an einem Induktionskochherd aus. Eine Frau aus dem Kanton Zürich bekam eine Panikattacke und hatte das Gefühl, «von Kopf bis Fuss elektrisch geladen zu sein», kaum hatte sie den Herd in Betrieb genommen.

## «Unter Umständen negativ beeinflusst»

Auch Herzschrittmacher-Träger müssen aufpassen. Wie eine Studie der Uni Giessen (D) zeigt, können Schrittmacher gestört werden. Selbst Herd-Hersteller wie etwa V-Zug warnen: «Bei unmittelbarer Annäherung an die Kochzonen können Hörgeräte, Herzschrittmacher oder auch metallische Implantate negativ beeinflusst werden», steht in der Bedienungsanleitung.

### Tipps: So verringern Sie das Magnetfeld

Magnetische Wechselfelder entstehen überall dort, wo Wechselstrom durch Leitungen fließt. Beim Induktionskochherd befindet sich unter jeder Kochzone eine Spule, durch die ein mittelfrequenter Wechselstrom fließt. Dieser erzeugt unter der Pfanne ein Magnetfeld. Ein Teil des Feldes wird durch die Pfanne nicht aufgefangen. Tipps:

- Keine kleinen Pfannen auf grosse Kochzonen stellen.
- Verwenden Sie spezielle Pfannen, am besten jene, die mit dem Kochherd mitgeliefert werden.
- Verwenden Sie keine defekten Pfannen mit gewölbten Böden.
- Schon wenige Zentimeter neben dem Kochherd ist das Magnetfeld viel schwächer.

**Buchtipps:** Der Ratgeber «Gesundheitsrisiko Elektromog» informiert und gibt weitere Tipps.

## Kommentare

0

[Kommentar hinzufügen](#)